


Neue Interessierte melden sich bitte im Büro!

Gesprächskreise

- Politisches Gespräch: Montag, 11.+ 25. Oktober, 9:30–11 Uhr
- Gewaltfreie Kommunikation: Mittwoch, 11:30–13 Uhr, mit Jürgen Metter
- Gemeinsam lesen – zuhören und vorlesen: Mittwoch 18:30 Uhr, mit Helge Noack
- Runde 60: Donnerstag, 07.+21. Oktober, 10–12 Uhr
- Kunstgespräch: Donnerstag, 14.10. „Kunstkino“, 28.10. Kunstgespräch, 10–11:30 Uhr, mit Martina Nehr-Kley

Computer

- MentorNet 1:1–Betreuung für Smartphone, Tablet, Laptop, PC, eAusleihe in der Stadtbücherei. Termin nach Absprache, Anmeldung zu den Bürozeiten, Tel. 22688. Treffpunkt Cafeteria 2. Stock.
Mit freundlicher Unterstützung durch das Lmz  Landesmediencentrum Baden-Württemberg
- MentorNet Mobil: Wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen trotz des Aufzugs nicht zu uns kommen können, bekommen Sie Hilfe zuhause. Terminvereinbarung zu den Bürozeiten, Telefon 22688

Kreatives und Spiel

- Schach: Montag 14–18 Uhr, mit Kurt Treftz
- Skat: Montag 14:30–18 Uhr, ab 11.10.
- Socken stricken: Montag 15–17 Uhr. Sockenkauf ganzjährig möglich, Anfertigung auch auf Wunsch
- Doppelkopf: Dienstag 14:30–18 Uhr, Mittwoch 14:30–18 Uhr für Fortgeschrittene, mit Claus Stähle
- Aufgetischt: Gemeinsam kochen, gemeinsam essen. Mit Brigitte Kohring. Dienstag, 05. Oktober, 9:30–13 Uhr. *Mit Anmeldung.*
- Kreatives Malen: Mittwoch 14–16 Uhr, mit Jutta Zöller und Walda Ziemer
- Bridge: Mittwoch 14:30–17:30 Uhr, mit Doris Steck
- Gitarrenkreis: Donnerstag 10:30–11:30 Uhr, mit Kristine Hettler, im Dachzimmer

Sprachen

- Spanisch: Dienstag 10:15–11:15 Uhr mit Conchita Cansino; Freitag (per Zoom) 9–10, 10:15–11:15, 11:30–12:30 Uhr, mit Ester Alvarez
- Französische Konversation: Dienstag 10–11 Uhr, mit Christiane Henno-Schafhauser
- Englische Konversation: Donnerstag 17:30–18:30 Uhr, mit Walter Blum

Sport und Bewegung

- Seniorengymnastik "Fünf Esslinger": Dienstag 9–10 Uhr Gr. I, 10:15–11:15 Uhr Gr. II, mit Kessy Kaiser-Breining. Ab 05.10. wieder im Saal.
- Tanzen! Mittwoch 18–19 Uhr. Leichte Schrittfolgen aus Jazztanz, Latin, Ballett und Hiphop; für mehr Lebensfreude, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit – auch bei Gelenkproblemen.
Mit Christa Weiß
- Walking und Nordic Walking: Donnerstag 9–10:30 Uhr, mit Brigitte Kohring. Treff: Heuberger-Tor-Weg vor dem Wald
- Yoga – Bewusstes Bewegen und Entspannen
Donnerstag 11:30–12:30 Uhr, mit Marita Adelung.
- Biodanza – Tanze dein Leben. Sich bewegen, tanzen, entspannen. Samstag, 16.10. 11–13 Uhr, mit Martina Jochem. *Mit Anmeldung.*

-
- ohne Gebühr, Spenden erwünscht
 - mit Gebühr, Infos im Büro
 - nur Fahrtkosten, Materialkosten o.ä.
-

Tel. 07071 22688
AB 07071 552042

Bürozeiten: Montag bis Mittwoch und Freitag 11–12 Uhr
Mail: hirsch-begegnung@t-online.de
www.hirsch-begegnungsstaette.de